

Dr. Streubels Rezepte für mehr
Gesundheit, Wohlbefinden & Lebensfreude

Apfelessig Gurgellösung

Zutaten

- 20g Eibischwurzel
- 20g Hirtentäschel
- 20g Salbeiblätter
- 20g Ysop
- 1 Flasche Rotwein
- 1/4 Liter Apfelessig

Zubereitung

Erhitzen Sie die Kräuter mit einer Flasche Rotwein bis kurz unter den Siedepunkt und lassen Sie sie 10 Minuten ziehen. Abseihen und 250 ml Apfelessig hinzufügen.

Anwendung

Bei Halsschmerzen mit Heiserkeit können Sie mehrmals täglich mit dieser Lösung gurgeln.

